ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№07 (129) апрель 2009

журнал для тех, кто любит готовить



















www.gastronom.ru

■ закуска из белой рыбы со свеклой ■ овощной салат с кускусом ■ тайский суп с огурцами ■ итальянский суп «риболлита» ■ баранина под картофельной крышкой ■ цыпленок по-умбрийски ■ свекольно-морковное пюре ■ китайская капуста с медом ■ картофель, фаршированный сыром ■ пшенная каша на кокосовом молоке ■ кускус с запеченной морковью ■ спагетти с соусом песто ■ овсяные булочки с семечками ■ морковный пирог с миндалем ■ напиток из сухофруктов ■ банановый флип

ISSN 1728-6848

Дорогие друзья!
Великий пост продолжается, и для тех, кто его соблюдает, мы подобрали много новых интересных рецептов. Обратите внимание на итальянский овощной суп, который можно приготовить накануне и даже за два дня до подачи! Свекольно-морковное пюре и китайскую капусту с медом можно использовать как самостоятельные блюда или как гарнир. Мы надеемся, что вас не оставит равнодушными и пшенная каша на кокосовом молоке. И обязательно попробуйте блюда из кускуса – этот все еще новый для нас продукт как нельзя лучше подходит для постного стола.
Желаем здоровья.

Ваша редакция







условные обозначения

вегетарианское питание

легкие рецепты

блюда, которые подходят для детей

рецепты средней сложности

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

рецепты для опытных кулинаров

* полезный совет

блюдо, приготовленное с помощью продуктов МАГГИ®

содержание



закуска из белой рыбы со свеклой

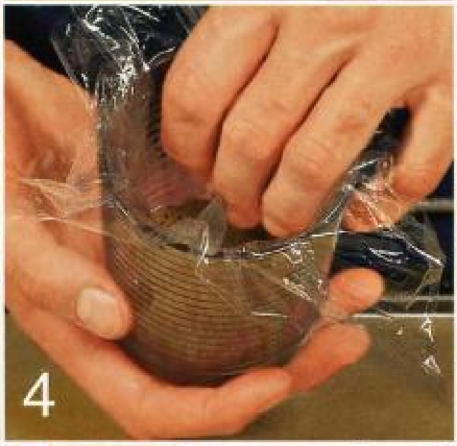


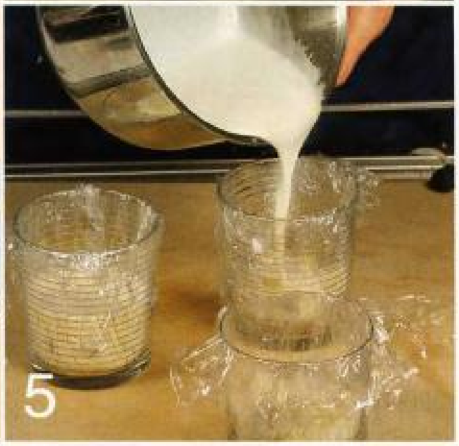
Время приготовления: 1 час 30 мин. + 2 часа 30 мин.
Порций: 4













ЧТО НУЖНО:

- **500 г** филе белой рыбы
- **1** корень петрушки
- **50 г** корня сельдерея
- **1** луковица
- **1** стебель лука-порея (белая часть)
- **1** лавровый лист
- **4** тонких ломтика черного хлеба
- **300 мл** сливок жирностью 22%
- **100 мл** свекольного сока
- **20 г** желатина
- по щепотке молотого белого перца и мускатного ореха
- **по 3–4** веточки укропа, петрушки и кинзы
- **4 ст. л.** хрена
- соль, черный и душистый перец горошком

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Желатин замочить в небольшом количестве теплой воды и отставить. Лук, корни петрушки и сельдерея очистить, мелко нарезать. Лук-порей вымыть и измельчить.

2 Положить овощи в кастрюлю, залить 0,5 л горячей воды. Довести до кипения, добавить лавровый лист, черный и душистый перец горошком, варить 15–20 мин.

3 Зелень вымыть, измельчить, добавить в кастрюлю, варить еще 4–5 мин. Рыбу нарезать крупными кусками и добавить в отвар. Посолить и готовить на медленном огне 10–15 мин. Вынуть рыбу, разобрать на маленькие кусочки, удалив все кости. Бульон процедить.

4 Застелить пленкой 4 стакана для виски, оставив свешивающие наружу края. Из хлеба вырезать круги по размеру дна и поместить их в стаканы. Налить в каждый стакан по 3 ст. л. бульона. Поставить в холодильник на 10–15 мин.

5 В сотейнике нагреть на медленном огне сливки, всыпать молотый белый перец и мускатный орех. Снять с огня, добавить половину набухшего желатина, перемешать и дать остыть. Выложить кусочки рыбы на хлеб в стаканах, залить сливками и вернуть в холодильник на 25–30 мин.

6 В сотейник влить стакан воды и свекольный сок, засыпать раздробленные 15–20 горошин черного перца. Дать закипеть и варить 5–6 мин. Остудить, 5 мин., добавить оставшийся желатин. Перемешать, дать остыть и залить в форму третьим слоем. Накрыть концами пленки и поставить в холодильник на 2,5–3 ч. Перед подачей к столу закуску вынуть из стаканов и освободить от пленки.
Подавать с хреном.

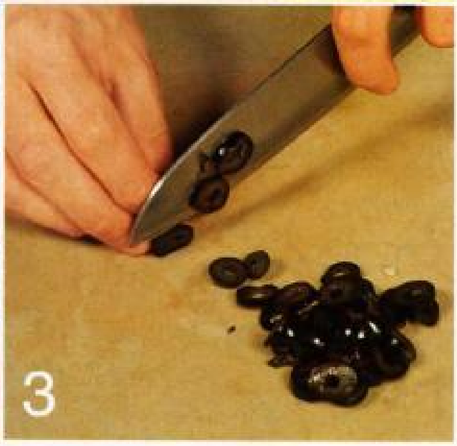
овощной салат с кускусом



Время приготовления: 15 мин.
Порций: 6









ЧТО НУЖНО:

- **200 г** кускуса
- **1** салатный огурец
- **1** красный сладкий перец
- **50 г** маслин без косточек
- **2** веточки мяты
- **1 ст. л.** винного красного уксуса
- **2 ст. л.** растительного масла
- • соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кускус приготовить согласно инструкции на упаковке, дать остыть.

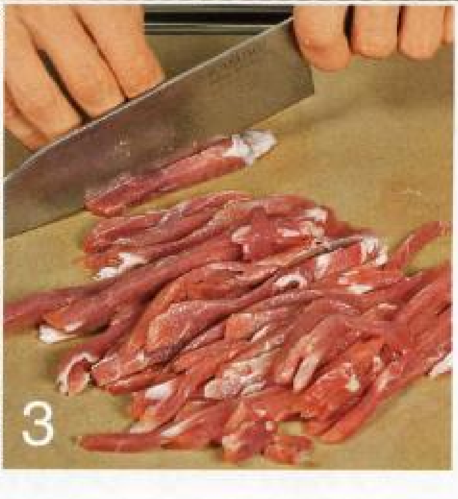
2 Огурец очистить от кожицы. Перец вымыть, разрезать пополам и удалить сердцевину. Нарезать огурец и перец небольшими кубиками, сложить в миску, приправить солью и перцем. Дать постоять 10 мин.

3 Маслины нарезать кружками, мяту вымыть, обсушить и разобрать на листики. Кускус переложить в салатницу, добавить огурцы и перец вместе с выделившимся соком, приправить уксусом и маслом, перемешать. Посыпать салат кружками маслин и листиками мяты.




1


2


3



тайский суп с огурцами

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** мякоти свинины
- **300 г** шампиньонов
- **0,5** кочана китайской капусты
- **1** средний огурец (примерно 20 см)
- щепотка соли
- **0,5 см** свежего корня имбиря
- **1** зубчик чеснока
- **2 ст. л.** соевого соуса
- **0,5 ч. л.** молотой куркумы
- щепотка мускатного ореха
- **0,25** молотого острого перца
- **1,5 ст. л.** растительного масла

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

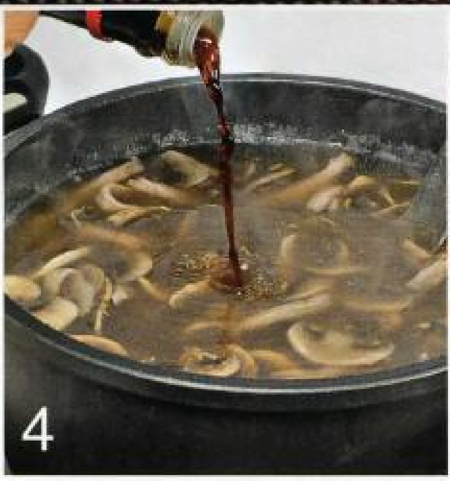
1 Шампиньоны вымыть, обсушить и нарезать тонкими ломтиками. С капусты снять 2–3 верхних листа, оставшиеся тонко нарезать. Чеснок очистить, измельчить. Корень имбиря очистить, натереть на мелкой терке.
Огурец очистить от кожицы, разрезать поперек на 3 части, а затем каждую часть нарезать тонкой соломкой. Переложить огурец в сито, присыпать солью и оставить на 10 мин., затем слегка отжать.

2 В кастрюлю положить шампиньоны, влить 1 л воды. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить 7 мин.

3 Тем временем свинину вымыть, обсушить и нарезать тонкими полосками. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить на сильном огне свинину, 4 мин. Добавить чеснок и имбирь. Перемешать и сразу же переложить в суп.

4 Влить в суп соевый соус, добавить куркуму, мускатный орех и острый перец, перемешать, довести до кипения. Варить без крышки 5 мин.

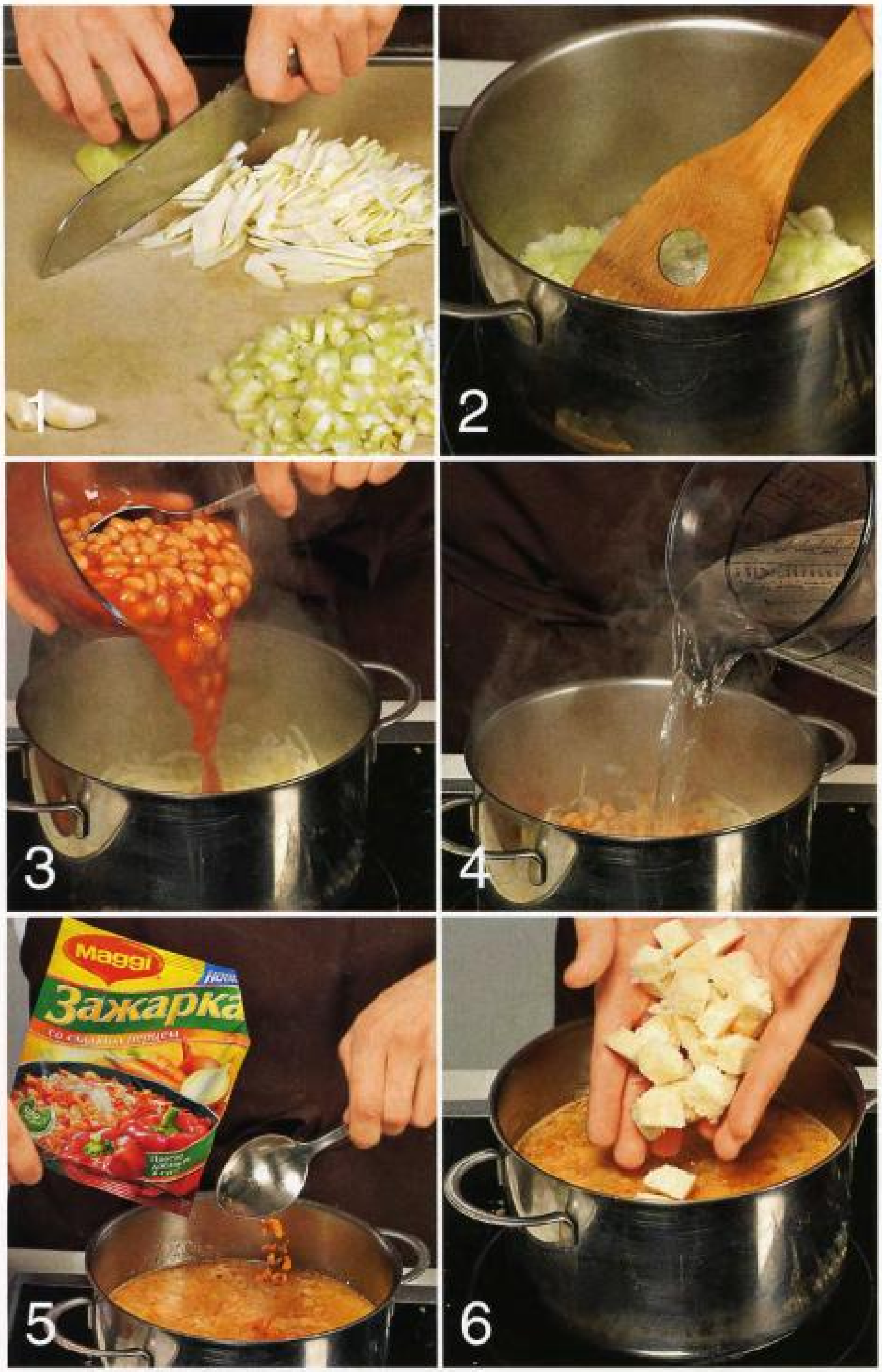
5 Снять суп с огня, положить капусту и огурцы. Прижать их половником ко дну, дать постоять 3–4 мин. Разлить суп по тарелкам.






Maggi

итальянский суп «риболлита»



ЧТО НУЖНО:

- **4 ст. л.** **МАГГИ® ЗАЖАРКИ С ПАПРИКОЙ**
- **3** стебля черешкового сельдерея
- **2** зубчика чеснока
- **250 г** белокочанной капусты
- **400 г** консервированной белой фасоли в томатном соусе
- **150 мл** красного сухого вина
- **100 г** черствого белого хлеба
- **4 ст. л.** оливкового масла

Время приготовления: 1 час
Порций: 4

Тосканский суп «риболлита», или «еще раз разогретый», варят накануне. На следующий день, настоявшись, он становится намного вкуснее.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чеснок очистить, измельчить. Сельдерей и капусту вымыть. Сельдерей измельчить, капусту тонко нашинковать.

2 В кастрюле разогреть оливковое масло, обжарить сельдерей и чеснок, 4 мин. Добавить нашинкованную капусту и готовить, помешивая, 5 мин.

3 Добавить фасоль вместе с соусом, перемешать и готовить на небольшом огне 10 мин.

4 Влить в кастрюлю вино и 1 л воды, перемешать. Довести до кипения, затем уменьшить огонь и варить суп 30 мин.

5 За 5 мин. до готовности добавить **МАГГИ® ЗАЖАРКУ С ПАПРИКОЙ**.



6 С хлеба срезать корку, мякиш нарезать кубиками со стороной 2,5 см. Добавить хлеб в суп, перемешать и сразу же снять с огня. Дать остыть до комнатной температуры, затем поставить в холодильник.
На следующий день довести суп до кипения, снять с огня и дать постоять 5 мин. Затем разлить по тарелкам.

СОВЕТ ОТ МАГГИ®

Вместе с фасолью в суп можно добавить маринованные огурчики или каперсы. Они придадут блюду особую пикантность.



баранина под картофельной крышкой

ЧТО НУЖНО:

600 г	мякоти баранины
450 г	картофеля
1	большая луковица
1 ст. л.	муки
1	лавровый лист
1	сушеный белый гриб
2 ст. л.	растительного масла
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель очистить, нарезать тонкими кружками. Отварить в кипящей подсоленной воде, 8 мин. Отбросить на дуршлаг и дать обсохнуть. Лук очистить, измельчить. Баранину нарезать кусочками и обжарить вместе с луком в разогретом масле, помешивая, 5 мин. Переложить шумовкой в форму для запекания.

2 В сковороду, где жарилась баранина, влить полстакана воды. Довести до кипения, собирая со дна деревянной лопаткой оставшиеся от обжаривания соки. Уменьшить огонь, добавить муку и готовить, постоянно размешивая, 2 мин. Влить соус в форму с мясом.

3 Добавить к мясу раскрошенные лавровый лист и гриб, приправить солью и перцем, перемешать. Уложить сверху кружки картофеля. Поставить в разогретую до 200 °С духовку на 15 мин.









цыпленок по-умбрийски

ЧТО НУЖНО:

- **4** куриных ножки
- **4** куриных крылышка
- **400 г** консервированной фасоли **Heinz** в томатном соусе
- **150 г** бекона
- **1** большая луковица
- **1** зубчик чеснока
- **1** стебель черешкового сельдерея
- **100 мл** белого сухого вина
- **400 г** очищенных томатов в собственном соку
- **1 ч. л.** сахара
- **1** небольшая веточка розмарина
- **1** лавровый лист
- **3 ст. л.** растительного масла
- соль по вкусу

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить, измельчить. Сельдерей вымыть, мелко нарезать. Разогреть в глубокой сковороде половину растительного масла и обжарить овощи на среднем огне, 8 мин.

2 Бекон нарезать небольшими кусочками, добавить в сковороду и готовить, помешивая, 5 мин. Шумовкой переложить овощи и бекон в миску, отставить.

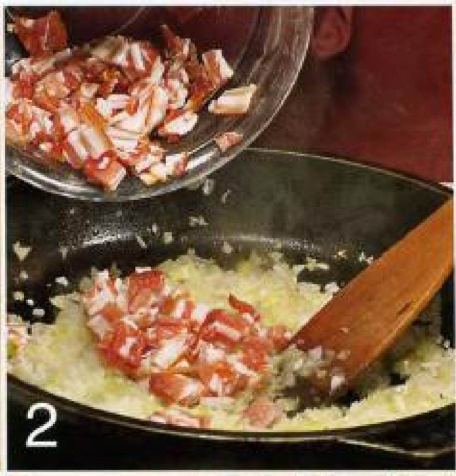
3 Куриные ножки и крылышки вымыть, тщательно обсушить. Влить в сковороду оставшееся масло, обжарить куски курицы, по 4 мин. с каждой стороны. Приправить солью.

4 Влить вино. Готовить на сильном огне, периодически помешивая, пока вся жидкость полностью не испарится.

5 Добавить томаты, сахар, листики розмарина и лавровый лист. Влить 100 мл холодной воды, перемешать и довести до кипения.

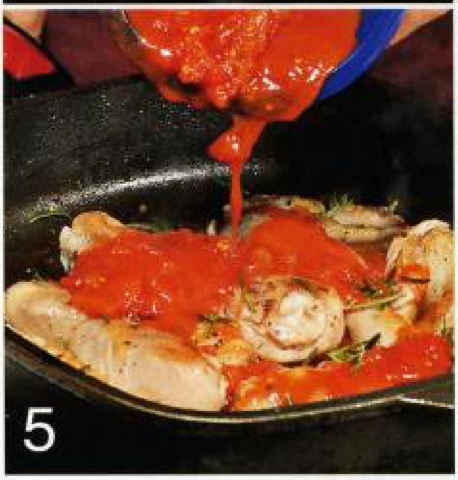
6 Вернуть в сковороду овощи и бекон. Добавить консервированную фасоль **Heinz** в томатном соусе, перемешать. Готовить под крышкой 10 мин.

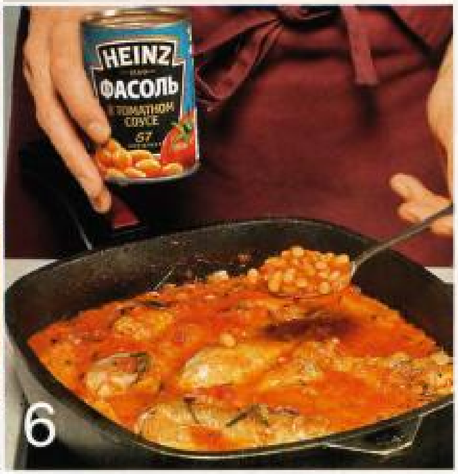












КСТАТИ

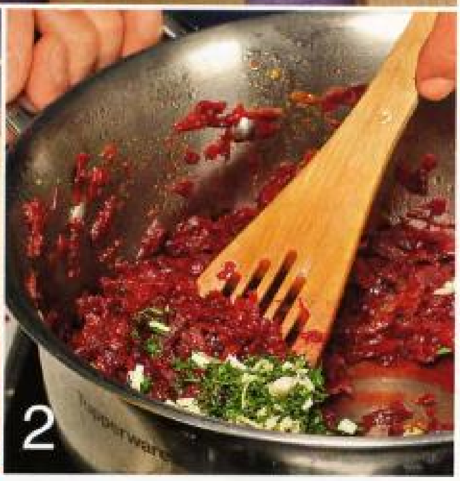
Для этого блюда мы использовали консервированную фасоль Heinz в томатном соусе. Это не только отличный гарнир к мясу, птице или рыбе, но и очень вкусное готовое самостоятельное блюдо, которое можно употреблять как в холодном, так и в горячем виде. А главное – фасоль Heinz не содержит искусственных ароматизаторов, красителей и консервантов.





свекольно-морковное пюре





ЧТО НУЖНО:

- **2** большие свеклы
- **3** средние морковки
- **1** луковица
- **2** зубчика чеснока
- пучок укропа
- **2 ст. л.** растительного масла
- соль, сахар, перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Свеклу и морковь очистить, вымыть и натереть на крупной терке. Лук очистить, измельчить. Разогреть в сотейнике масло, положить свеклу, морковь и лук, обжарить в течение 4 мин. Уменьшить огонь и тушить под крышкой, периодически помешивая, 20 мин.

2 Укроп вымыть, обсушить и мелко нарезать. Чеснок очистить, измельчить и добавить в пюре, приправить солью, перцем и сахаром по вкусу. Готовое пюре посыпать укропом.

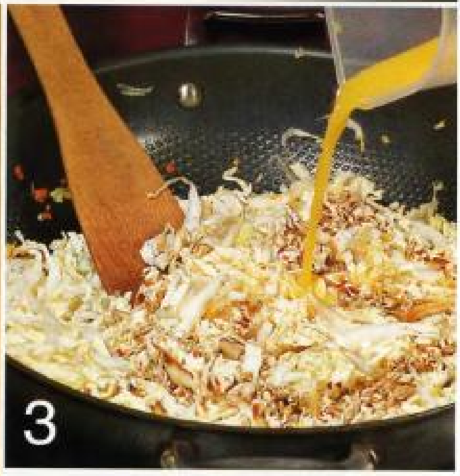
овощи

китайская капуста с медом

Время приготовления:15 мин.
Порций: 4









ЧТО НУЖНО:

1 кочан китайской капусты
1 см свежего корня имбиря
2 зубчика чеснока
1 небольшой острый перчик
4 ст. л. соевого соуса
2 ст. л. меда
0,5 стакана апельсинового сока
1 ст. л. растительного масла

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Капусту вымыть, тонко нарезать. Имбирь и чеснок очистить, измельчить. Перчик разрезать пополам, удалить семена, мякоть промыть холодной водой и мелко нарезать.
Разогреть масло в сковороде (желательно в воке), обжарить имбирь, чеснок и перец, 1 мин.

2 Положить в сковороду капусту. Влить соевый соус.

3 Добавить мед и апельсиновый сок. Готовить при постоянном перемешивании 1 мин. Сразу же подать к столу.

Вкусный и полезный обед
ДЛЯ ТЕХ, КТО ДУМАЕТ О ПЕЧЕНИ

Для приготовления салата с курицей вам понадобится:

Филе куриное вареное (только белое мясо) – 200 г
Картофель вареный – 80 г (2 шт.)
Яблоки – 40 г (1 шт.)
Огурцы – 60 г (1 шт.)
Яйца вареные – 40 г (1 шт.)
Листья зеленого салата – 20 г
Сметана (10% жирности) – 50 г (ст. л.)
Масло растительное – 10 г
Зелень (укроп или петрушка) – 10 г

2 порции

Салат «Курочка Ряба»

Способ приготовления:
Возьмите вареное куриное филе без жира и кожи и нарежьте ломтиками. Небольшую часть отложите для оформления. Возьмите картофель, яблоки и огурцы и тоже нарежьте ломтиками. Нашинкуйте салатные листья и яйцо. Соедините все приготовленные ингредиенты и заправьте небольшим количеством сметаны смешанной с маслом. Все перемешайте и выложите в блюдо. Оформите ломтиками курицы, огурцов, зеленью и яйцом, нарезанными дольками.



Для приготовления диетического борща Вам понадобится:

Свекла – 100 г 1 шт.
Капуста белокочанная – 100 г
Картофель – 140 г 1-2 шт.
Морковь – 80 г – 1 шт.
Болгарский сладкий перец – 100 г – 1 шт.
Вода – 500 г
Мука пшеничная – 1 ч. л.
Сметана 10% жирности – 2 ст. л.
Сливочное масло – 1 ч. л.
Сахар – 1 ч. л.
Соль

борщ «Овощной»

Способ приготовления:
Капусту и половину моркови нарежьте кубиками, залейте водой и варите 1,5 часа. Полученный отвар процедите. Свеклу и оставшуюся морковь натрите на мелкой терке, добавьте масло, влейте немного отвара и припустите. Затем введите муку, доведите жидкость до кипения. Картофель и сладкий перец нарежьте кубиками, положите в кипящий отвар, варите до готовности. Добавьте тушеные овощи, сахар, соль и доведите борщ до кипения. Подавайте борщ теплым, а не горячим, заправив небольшим количеством сметаны.

2 порции



Перец по-болгарски



Для приготовления фаршированного перца вам понадобится:

- Сладкий перец – 6 шт.
- Гречневая крупа – 1 стакан
- Морковь – 2 шт.
- Репчатый лук – 1 шт.
- Растительное масло
- Сметана 10% жирности
- Вода

2 порции

Способ приготовления:
Залейте гречку на 6-8 часов водой до разбухания. Очистите перец и проварите в кипящей воде на слабом огне 5-7 минут. Лук нашинкуйте и припустите. Натрите морковь и обжарьте на растительном масле, добавьте вместе с луком к гречневой каше, посолите и добавьте зелень. Заполните этой массой перец, уложите в кастрюлю и залейте водой. Накройте крышкой и тушите 15-20 минут. Подавайте теплыми, заправив сметаной.



Для приготовления десерта из кураги вам понадобится:

- Курага – 200 г
- Сахар – 80 г
- Белки яичные – 40 г (от 2 яиц)
- Желатин – 12 г

десерт «Оранжевое солнце»

4 порции

Способ приготовления:
Желатин замочите в шестикратном количестве холодной воды, затем распустите его на водяной бане и процедите. Курагу залейте горячей водой, оставьте на 2-3 часа, затем отварите до размягчения, протрите. Соедините с сахаром, прогрейте до его растворения, охладите. В полученное пюре добавьте яичные белки и взбейте массу на холоде. В конце взбивания добавьте подготовленный желатин. Полученную массу разлейте в формочки и поставьте в холодильник на 2 часа. На несколько секунд опустите формочки в горячую воду и выложите десерт на блюдо.


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Milkana

картофель, фаршированный сыром













ЧТО НУЖНО:

- **6** крупных картофелин овальной формы
- **1,2 л** молока
- **300 г** мягкого сливочного сыра **МИЛКАНА**
- **2** луковицы
- **1** зубчик чеснока
- щепотка молотого мускатного ореха
- **2** лавровых листа
- **10** горошин черного перца
- **100 г** сливочного масла
- **1** яйцо
- **1** желток
- **75 мл** сливок жирностью 33%
- **1 ст. л.** растительного масла
- **1 ч. л.** соли

Время приготовления: 2 часа 10 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить. Одну луковицу крупно нарезать, положить в сотейник. Добавить чеснок, лавровые листья и перец. Влить молоко, приправить мускатным орехом и солью. Довести до кипения, снять с огня и оставить под крышкой настаиваться.

2 Картофель очистить. Сделать с одной стороны каждой картофелины тонкий горизонтальный срез, 1 см. Выскоблить картофелины изнутри, оставив стенки толщиной 5 мм.

3 Сложить картофелины в кастрюлю. Добавить 600 мл воды и 50 г масла. Затем процедить в кастрюлю молочный настой. Довести до кипения, уменьшить огонь и готовить 10 мин.

4 Сыр нарезать кубиками. Оставшийся лук измельчить и обжарить в разогретом растительном масле, 8 мин. Снять с огня. Добавить к луку нарезанный сыр, яйца, желток и сливки.

5 Картофель переложить шумовкой на разделочную доску, дать обсохнуть. Оставшееся масло растопить, смазать картофелины со всех сторон.

6 Поместить картофель на смазанный маслом противень, наполнить подготовленной начинкой и поставить в духовку, заранее разогретую до 180 °С, на 25 мин.

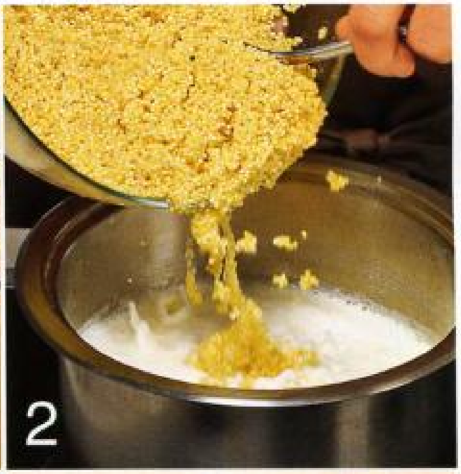
КСТАТИ

Новинка 2009 года – мягкие сыры МИЛКАНА с аппетитной белой корочкой, созданные из отборного молока по оригинальным французским рецептурам. Их нежный сливочный вкус и тающая текстура не оставят вас равнодушными.



пшенная каша на кокосовом молоке

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6



ЧТО НУЖНО:

- **0,5** стакана пшена
- **1,2** стакана кокосового молока
- **1** банан
- **3–4 шт.** кураги
- соль, сахар по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Пшено промыть в нескольких водах – до тех пор, пока вода не будет абсолютно прозрачной.

2 Кокосовое молоко вскипятить, всыпать промытое пшено. Довести до кипения, уменьшить огонь и варить под крышкой 30 мин.

3 Курагу замочить в горячей воде на 15 мин., затем мелко нарезать. Банан натереть на терке. Добавить в готовую кашу курагу и банан, соль и сахар по вкусу. Перемешать и подать к столу. Можно украсить листиками мяты.



кускус с запеченной морковью









ЧТО НУЖНО:

- **350 г** кускуса
- **500 г** моркови
- **1** луковица
- **4** зубчика чеснока
- **3** веточки кинзы
- **2 ст. л.** бальзамического уксуса
- **2 ст. л.** растительного масла
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь и лук очистить. Морковь нарезать кружками толщиной 1 см, лук дольками. Кинзу вымыть, обсушить и разобрать на небольшие веточки.

2 Поместить морковь, лук, неочищенные зубчики чеснока и половину веточек кинзы в неглубокую форму для запекания, сбрызнуть растительным маслом и уксусом, плотно накрыть фольгой и поставить в разогретую до 220 °С духовку на 15 мин.

3 Снять фольгу и готовить еще 15 мин.

4 Оставшуюся кинзу измельчить. Кускус приготовить согласно инструкции на упаковке. Добавить измельченную кинзу, посолить, поперчить по вкусу и перемешать.
Выложить кускус на блюдо, сверху разложить запеченные овощи и полить выделившимся соком.

Кускусом называют и национальное блюдо арабских стран Северной Африки, и крупу, из которой его готовят. Хотя в нашем понимании это не совсем обычная крупа. Дело в том, что ее делают вручную из манной крупы и пшеничной муки. Технология, которая не меняется на протяжении нескольких веков, довольно проста. Манную крупу рассыпают тонким слоем, «припудривают» мукой и сбрызгивают водой. Затем, делая руками быстрые круговые движения, скатывают смесь в крошечные шарики. Шарики просеивают через специальное сито, сортируют их по размеру и подсушивают. Сейчас, конечно, появились промышленные методы изготовления кускуса, что позволяет производить его не только для внутреннего потребления, но и импортировать в другие страны, в том числе в Россию.
В наших магазинах продается кускус быстрого приготовления. Несколько минут – и на столе стоит сытное и вкусное блюдо. Тем более что кускус сочетается практически со всеми другими продуктами – овощами, мясом, птицей, рыбой.
Кускус – это такой продукт, которого много не бывает. Если вы приготовили кускус на гарнир и после обеда что-то осталось, используйте эти остатки для приготовления других блюд. Например, кускус очень хорош в салатах, причем в самых разных.
А еще из кускуса получается замечательная корочка при запекании мяса, рыбы или овощей.




СПОНСОР РЕЦЕПТА
Barilla







спагетти с соусом песто



Время приготовления: 10 мин.
Порций: 6

ЧТО НУЖНО:

- **600 г** спагетти **Barilla**
- **1** пучок свежего зеленого базилика
- **4 ст. л.** кедровых орехов
- **150 мл** оливкового масла
- **50 г** тертого сыра пармезан
- соль, черный свежемолотый перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Вскипятить в кастрюле большое количество подсоленной воды, положить спагетти **Barilla** и варить 8 мин. Отбросить на дуршлаг и вернуть спагетти в кастрюлю.

2 Тем временем приготовить соус песто. Базилик вымыть, обсушить и крупно нарвать. Измельчить в блендере базилик и кедровые орехи до состояния пасты. Не выключая блендера, тонкой струйкой влить оливковое масло. Добавить пармезан, соль и перец по вкусу.

3 Добавить соус к спагетти, перемешать и разложить по тарелкам.

КСТАТИ

Вы решили приготовить обед в итальянском стиле? Без пасты не обойтись! Купите настоящие итальянские спагетти Barilla. Они хороши с любым соусом – и мягким сливочным карбонара, и свежим базилико, и зеленым песто.

А если у вас совсем нет времени готовить, а гости вот-вот придут, вы легко можете сделать итальянскую пасту с помощью готового соуса Песто от Barilla.



Barilla – паста №1 в Италии

АКАДЕМИЯ ПАСТЫ BARILLA

Паста – самое популярное блюдо в Италии. Ее подают на обед и ужин, но она никогда не надоедает, ведь разнообразие форм пасты, соусов и их сочетаний просто бесконечно! Сегодня паста становится все более популярной и в России: мы заказываем ее в ресторанах, готовим дома и стремимся делать это правильно. Любой итальянец с закрытыми глазами определит, какая паста качественная, а какая нет. А вы знаете, как это сделать?

Основной критерий – качество пшеницы. Хорошая паста, отвечающая всем итальянским стандартам, может быть произведена только из муки твердых сортов, которую итальянцы называют durum. Добавление мягких сортов даже преследуется законом в Италии.

Настоящая паста не только полезна для здоровья, но и безопасна для фигуры. Итальянский durum отличается от российского: уникальный климат Италии, жаркое солнце, влажный морской воздух, пропитанный ароматами трав, и горячая земля наполняют зерно неповторимыми микроэлементами. К сожалению, у нас такую пшеницу вырастить невозможно.

Паста состоит из двух компонентов: муки и воды. Эта простая и натуральная формула не прощает ошибок производителям: все процессы должны быть доведены до совершенства. А оно достигается только многолетним опытом и страстью к пасте, которая присуща лишь итальянцам!

Итак, вот пять критериев для определения качества пасты от Академии пасты Barilla:

- **не ломается,**
- **при варке вода остается прозрачной,**
- **пружинит (остается al dente),** *«на зубок»*,
- **не слипается,**
- **отлично удерживает соус.**



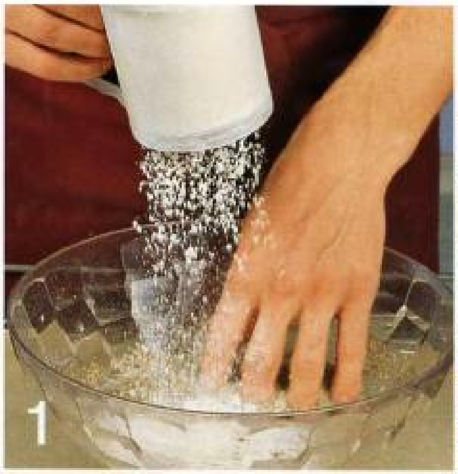
паста Barilla
не слипается и имеет пружинистую структуру



макаронные изделия низкого качества
превращаются в комок

овсяные булочки с семечками

Время приготовления: 1 час 15 мин.
12 штук







ЧТО НУЖНО:

100 мл растительного масла
2 ст. л. меда
1 ч. л. соли
400 мл овсяных хлопьев мелкого помола
10 г сухих дрожжей
2 стакана + 1–2 ст. л. муки
100 г смеси из семян подсолнечника и тыквы

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В большую миску влить 400 мл теплой воды, добавить масло и мед. Постепенно, размешивая, просеять в воду 2 стакана муки, добавить овсяные хлопья, дрожжи и соль. Замесить клейкое тесто.

2 Противень смазать маслом, застелить пергаментом. С помощью ложки выложить на противень 12 порций теста неровной формы. Посыпать каждую порцию мукой и руками скатать в шарики. Разогреть духовку до 220 °С. Посыпать булочки семечками, накрыть полотенцем и оставить на 30 мин. Выпекать в духовке 10–15 мин.



морковный пирог с миндалем

Время приготовления: 2 часа
Порций: 10

ЧТО НУЖНО:

- **125 г** сливочного масла
- **1** стакан сахара
- **3** яйца
- **0,5** стакана молока
- **1,5 ст. л.** лимонного сока
- **4** средние морковки
- **1** стакан миндаля
- **1,5** стакана муки
- **2,5 ч. л.** разрыхлителя
- **1 ч. л.** соли
- **1,5 ч. л.** корицы
- **0,5 ч. л.** мускатного ореха
- **0,5** стакана кокосовой стружки
- **150 г** темного шоколада

Для соуса:

- **0,5** стакана сахара
- **2 ст. л.** лимонного сока
- **2 ст. л.** крахмала
- **80 г** сливочного масла

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Морковь очистить, натереть на крупной терке. Шоколад мелко порубить. Миндаль обжарить на сухой сковороде, немного остудить, размолоть в блендере в муку.

2 Приготовить тесто. Положить в миску размягченное сливочное масло и растереть его с сахаром, добавить яйца и взбить. Продолжая взбивать, влить молоко и лимонный сок.

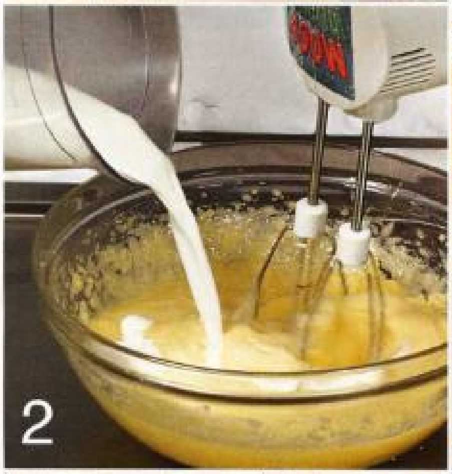
3 Добавить в миску миндаль и морковь, тщательно перемешать.

4 В отдельной посуде смешать муку с разрыхлителем, солью и мускатным орехом. Постепенно, помешивая, всыпать в яично-морковную массу; должно получиться жидкое тесто. Добавить кокосовую стружку и шоколад.

5 Разогреть духовку до 175 °С. Выложить тесто в смазанную маслом форму. Выпекать 1 ч. Дать остыть в форме, 20 мин. Затем переложить на решетку.

6 Для приготовления соуса влить в сотейник 1 стакан горячей воды, добавить сахар, лимонный сок и крахмал. Нагревать, помешивая, пока смесь не загустеет и не закипит. Снять с огня, добавить сливочное масло и перемешивать, пока оно полностью не растает. Остывший пирог вынуть из формы, пропитать соусом и подать.
Перед подачей к столу можно покрыть пирог сахарной глазурью.













напиток из сухофруктов

Время приготовления: 50 мин. + 10 часов
Порций: 10









ЧТО НУЖНО:

по 100 г	сушеных яблок, кураги и чернослива
4 ст. л.	сахара
4 ст. л.	меда
2 ст. л.	изюма
0,5	лимона
1	палочка корицы
6	бутонов гвоздики

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Налить в сотейник 1 стакан воды, положить корицу и гвоздику. Довести до кипения и варить 5–7 мин. Снять с огня, накрыть и отставить.

2 Сухофрукты промыть, положить в кастрюлю и залить 2,5 л воды. Добавить сахар и мед, всыпать изюм. Довести до кипения, варить под крышкой на медленном огне 30–35 мин.

3 Настой с пряностями процедить, добавить к сухофруктам ароматизированную воду. Лимон нарезать дольками и также добавить в напиток. Довести до кипения, снять с огня, накрыть. Дать настояться 10–12 ч.

банановый флип





ЧТО НУЖНО:

- **2** банана
- **200 мл** натурального йогурта
- **4** свежих яйца
- **4 ст. л.** абрикосового сиропа
- горсть листьев мяты

Время приготовления: 6 мин.
Порций: 2

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Бананы очистить, разрезать пополам.

2 Положить в чашу блендера бананы и йогурт, влить яйца и сироп. Взбивать в течение 2 мин., пока смесь не станет пенистой и не приобретет кремовый цвет.
Перелить в высокие бокалы, посыпать мятой и сразу же подать.



scanned by Reina



следующий номер выйдет 13 апреля







ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№ 07 (129), апрель 2009
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

Адрес редакции: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Александр Ильин, Алла Сергеева, Анна Туревская
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повара-консультанты Константин Жук, Олег Туркин

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Отдел рекламы:
директор по рекламе Марина Мамина,
заместитель директора Жанна Русакова,
Ольга Каткова,
Ольга Козырева,
Елена Кузьмичева,
Елена Матвеева,
тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга:
директор Эльмира Нагаева,
Зоя Галишникова,
Надежда Лыжникова,
тел.: (495) 725-1070

Отдел дистрибуции:
директор Сергей Татаркин,
менеджеры: Андрей Телингатер,
Александр Шалимов,
Наталия Писклина,
Екатерина Колесникова,
Татьяна Катрач,
тел.: (495) 725-1070
по подписке Нина Малинина,
тел.: (495) 792-5562

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев,
Игорь Долманов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка:
руководитель отдела Екатерина Панюшкина
Марианна Геннинг,
Вера Давыдкина,
Светлана Кузина,
Любовь Попова,
Виктор Фролкин,
Олег Шифрин

Отдел спецпроектов
руководитель отдела Лариса Машталер,
Ольга Гриценко,
Ольга Старикова

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 188 250 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-32210 от 09.06.2008 г.

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

Вы можете подписаться на наши издания в течение 2009 года.
Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.
Минимальный срок подписки – 1 месяц.



Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5108), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, или e-mail: podpiska@phbp.ru

Без получения данной информации редакция не гарантирует отправку оплаченных журналов.

Отправка журналов осуществляется простой бандеролью (до почтового ящика) в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала
* Доставка курьером (только по Москве в пределах МКАД) осуществляется до почтового ящика (указание кода доступа в подъезд ОБЯЗАТЕЛЬНО) в течение 7 дней
* В цену подписки не включена комиссия Сбербанка
Стоимость доставки включена в стоимость журнала

На наших сайтах www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера. Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.

Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru, e-mail: podpiska@phbp.ru

Подписка на журналы в других странах:
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США или в евро:

• в долларах США
Beneficiary: LLC «Bonnier Publications»,
Vasiliy Petushkova Street, 8, Moscow, 125476, Russia
Beneficiary's bank: SBERBANK, TVERSKOYE BRANCH №7982, MOSCOW, RUSSIA,
SWIFT CODE: SABR RU MM
Beneficiary's account: Acc №40702840038041019808

• в евро
Beneficiary: LLC «Bonnier Publications»,
Vasiliy Petushkova Street, 8, Moscow, 125476, Russia
Beneficiary's bank: SBERBANK, TVERSKOYE BRANCH №7982, MOSCOW, RUSSIA,
SWIFT CODE: SABR RU MM
Beneficiary's account: Acc №40702978638041019808
* Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты

Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:

1. Объединенный каталог «Пресса России» и Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141
Школа гастронома – 83273
Коллекция рецептов – 36979
Садовник – 46505
Ручная работа – 18131

2. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы:
Гастрономъ – 99378
Школа гастронома – 11308
Коллекция рецептов – 24651
Садовник – 24324
Ручная работа – 24323

3. Интер-Почта-2003
тел.: (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)

4. Вся пресса, тел.: (495) 787-3445

5. ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел.: (017) 291-9891
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44141
Школа гастронома – 81158
Коллекция рецептов – 36979
Садовник – 46345
Ручная работа – 00142

6. Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220

7. Урал-Пресс, г. Екатеринбург, тел.: (495) 214-5162, (3432) 75-6274

ГАСТРОНОМЪ

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость годовой подписки на 2009 г. – 1080 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц – 90 руб.
Для Белоруссии, Эстонии, Узбекистана – $8,50.
Для остальных стран – $11.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость годовой подписки на 2009 г. – 1080 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц – 90 руб.
Для Белоруссии, Эстонии, Узбекистана – $10.
Для остальных стран – $14.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость годовой подписки на 2009 г. 1080 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц – 90 руб.
Для Белоруссии, Эстонии, Узбекистана – $10.
Для остальных стран – $14.

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость годовой подписки на 2009 г. 1080 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц – 90 руб.
Для Белоруссии, Эстонии, Узбекистана – $10.
Для остальных стран – $14.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость годовой подписки на 2009 г. – 780 руб.
Стоимость подписки на 1 месяц – 65 руб.
Для Белоруссии, Эстонии, Узбекистана – $8.
Для остальных стран – $10.50.

Извещение

Получатель платежа: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 **КПП** 770101001

Корр. сч. 3010 1810 4000 0000 0225 **БИК** 044525225
Расч. сч. 4070 2810 4380 4001 9808 в Сбербанке России ОАО г. Москва, Тверское ОСБ №7982

Ф.И.О. ______
Адрес ______
______ Тел.: ______

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ______

Доставка: ☐ курьер ☐ простая бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен ______ Плательщик

Кассир

Извещение

Получатель платежа: ООО «Бонниер Пабликейшенз»
ИНН 7733656928 **КПП** 770101001

Корр. сч. 3010 1810 4000 0000 0225 **БИК** 044525225
Расч. сч. 4070 2810 4380 4001 9808 в Сбербанке России ОАО г. Москва, Тверское ОСБ №7982

Ф.И.О. ______
Адрес ______
______ Тел.: ______

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ______

Доставка: ☐ курьер ☐ простая бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен ______ Плательщик


Вкусный способ собрать всех вместе!
Maggi
Дорогая!
Хорошая новость -
к ужину будут родители,
дядя Лёша, Оля, Паша
Сможешь что-нибудь
придумать?
Maggi
1 Обжарьте фарш.
2 Поместите сухие (неотваренные) макароны в форму для запекания. Сверху выложите фарш.
3 Смешайте содержимое пакетика с 800 мл воды. Залейте смесь в форму для запекания с фаршем и макаронами. Сверху посыпьте сыром.
4 Запекайте в духовке 35 минут.
Maggi
НОВИНКА
НА ВТОРОЕ
для
ЗАПЕКАНКИ
из макарон с мясом
по-Итальянски
Вам потребуется:
• 250 г коротких макарон
• 350 г мясного фарша
• 150 г тертого сыра
100% вкуса
без консервантов
готовьте с пользой и удовольствием!
Товар сертифицирован. Реклама